**Übersicht über die bewegungsfeldübergreifenden Kompetenzerwartungen Jahrgangsstufe 7 bis zum Ende der Sekundarstufe I**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Inhaltsfelder a – f** Inhaltliche Schwerpunkte | **Sachkompetenz** | **UVNr** | **Methodenkompetenz** | **UVNr** | **Urteilskompetenz** | **UVNr** |
| **Bewegungsstruktur und Bewegungslernen** **(a)** * Wahrnehmung und Körpererfahrung
* Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen
* Struktur und Funktion von Bewegungen
* Grundlegende Aspekte des motorischen Lernens
 | * die für das Lernen und Üben ausgewählter Bewegungsabläufe bedeutsamen Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen beschreiben,
* für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern.
 |  | * grundlegende methodische Prinzipien auf das Lernen und Üben sportl. Bewegungen anwenden,
* analoge und digitale Medien zur Bewegungsanalyse und Unterstützung motor. Lern- u. Übungsprozesse zielorientiert einsetzen,
* unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden.
 |  | * Bewegungsabläufe kriteriengeleitet beurteilen,
* den Nutzen analoger und digitaler Medien zur Analyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse vergleichend beurteilen,
* den Einsatz unterschiedlicher Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportl. Bewegungen kriteriengeleitet bewerten.
 |  |
| **Bewegungsgestaltung (b)** * Variation von Bewegung
* Präsentation von Bewegungsgestaltungen
* Ausgangspunkte von Gestaltungen
* Gestaltungskriterien
 | * ausgewählte Ausführungskriterien (Bewegungsqualität, Synchronität, Ausdruck und Körperspannung) benennen,
* das Gestaltungskriterium Raum (Aufstellungsformen, Raumwege, Raumebenen und Bewegungsrichtungen) beschreiben.
 |  | * unterschiedliche Ausgangspunkte (Texte, Musik oder Themen) als Anlass für Gestaltungen – allein oder in der Gruppe – nutzen,
* Bewegungsgestaltungen allein oder in der Gruppe auch mit Hilfe digitaler Medien nach-, um- und neugestalten,
* kreative Bewegungsgestaltungen entwickeln und zu einer Präsentation verbinden.
 |  | * die Ausführungs- und Bewegungsqualität bei sich und anderen nach vorgegebenen Kriterien beurteilen,
* gestalterische Präsentationen auch unter Verwendung digitaler Medien kriteriengeleitet (u.a. Schwierigkeit, Kreativität, Nutzung des Raums, Wirkung auf den Zuschauer) beurteilen.
 |  |
| **Wagnis und Verantwortung (c)** * Handlungssteuerung
* Motive sportlichen Handelns in Wagnissituationen
 | * unterschiedliche Motive (u.a. Risiko erleben) sportlichen Handelns in Wagnissituationen erläutern,
* emotionale Signale in sportlichen Wagnissituationen beschreiben,
* die Herausforderungen in sportlichen Handlungssituationen im Hinblick auf die Anforderung, das eigene Können und mögliche Gefahren erläutern.
 |  | * Strategien zum Umgang mit Emotionen in sportlichen Wagnissituationen (u.a. zur Bewältigung von Angstsituationen) anwenden,
* Herausforderungen in sportlichen Handlungssituationen angepasst an das individuelle motorische Können gezielt verändern.
 |  | * komplexe sportliche Wagnissituationen für sich und andere unter Berücksichtigung des eigenen Könnens und möglicher Gefahren-momente situativ beurteilen und sich begründet für oder gegen deren Bewältigung entscheiden.
 |  |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Leistung (d)** * Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit
* Leistungsverständnis im Sport
* Trainingsplanung und Organisation
 | * grundlegende Methoden und Prinzipien zur Verbesserung motorischer Grundfähigkeiten (Ausdauer und Kraft) beschreiben,
* ausgewählte Belastungsgrößen (u.a. Intensität, Umfang, Dichte, Dauer) zur Gestaltung eines Trainings auf grundlegendem Niveau erläutern,
* koordinative Anforderungen von Bewegungsaufgaben benennen.
 |  | * einen individual. Trainingsplan aus vorgegebenen Einzelelementen zur Verbesserung einer ausgewählten motorischen Grundfähigkeit zusammenstellen,
* sportliche Leistungen analog oder digital erfassen und anhand von graphischen Darstellungen und/oder Diagrammen dokumentieren.
 |  | * die eigene und die Leistungsfähigkeit anderer in unterschiedlichen Sport- und Wettkampfsituationen unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen kriteriengeleitet beurteilen,
* den Leistungsbegriff in unterschiedlichen sportl. Handlungssituationen unter Berücksichtigung unterschiedlicher Bezugsgrößen (u.a. soziale, personale, kriteriale Bezugsnormen und Geschlechteraspekte) kritisch reflektieren.
 |  |
| **Kooperation und Konkurrenz (e)*** Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten
* Interaktion im Sport
 | * Kennzeichen für ein grundlegendes Wettkampfverhalten (u.a. wettkampfspezifische Regeln kennen, taktisch angemessen agieren) erläutern,
* Rahmenbedingungen, Strukturmerkmale, Vereinbarungen und Regeln unterschiedl. Spiele oder Wettkampf-situationen kriteriengeleitet in ihrer Notwendigkeit und Funktion für das Gelingen sportlicher Handlungen erläutern.
 |  | * Vereinbarungen und Regeln für ein faires und gelingendes sportliches Handeln analysieren und kriteriengeleitet modifizieren,
* einfache analoge und digitale Darstellungen zur Erläuterung von sportlichen Handlungssituationen (u.a. Spielzüge, Aufstellungsformen) verwenden,
* in sportlichen Handlungssituationen unter Verwendung der vereinbarten Zeichen u. Signale Schiedsrichterfunktionen übernehmen.
 |  | * das eigene sportliche Handeln sowie das sportliche Handeln anderer kriteriengeleitet im Hinblick auf ausgewählte Aspekte (u.a. Fairness, Mit- und Gegeneinander, Partizipation, Geschlechteraspekte) beurteilen.
 |  |
| **Gesundheit (f)*** Unfall- und Verletzungsprophylaxe
* Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens
* Gesundheitsverständnis und Körperbilder
 | * Auswirkungen gezielten Sporttreibens auf die Gesundheit grundlegend beschreiben,
* Prinzipien einer sachgerechten allgemeinen und sportartspezifischen Vorbereitung auf sportliches Bewegen im Hinblick auf die damit verbundenen unterschiedlichen psycho-physischen Belastungen erläutern.
 |  | * die Rahmenbedingungen und Gegebenheiten von Spiel-, Übungs- und Wettkampfsituationen analysieren und diese sicherheitsbewusst gestalten,
* Muster des eigenen Bewegungsverhaltens (im Alltag und in sportlichen Handlungssituationen) auch unter Nutzung digitaler Medien erfassen und im Hinblick auf den gesundheitlichen Nutzen und mögliche Risiken analysieren.
 |  | * gesundheitliche Auswirkungen sportlichen Handelns unter besonderer Berücksichtigung medial vermittelter Fitnesstrends und Körperideale auch unter Geschlechteraspekten kritisch beurteilen.
 |  |